

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan dan mendeskripsikan tingkat kebahagiaan lansia berdasarkan tempat tinggal mereka di Desa Ketawang, Kecamatan Purwoasri, Kabupaten Kediri. Penelitian ini tidak hanya membandingkan, tetapi juga memberikan gambaran mengenai kondisi kebahagiaan lansia yang tinggal sendiri dan yang tinggal bersama keluarga.

Desain penelitian yang digunakan adalah desain deskriptif, yang memungkinkan peneliti untuk menguraikan tingkat kebahagiaan lansia berdasarkan variabel tempat tinggal. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen, yaitu tempat tinggal lansia (tinggal sendiri atau bersama keluarga), dan variabel dependen, yaitu tingkat kebahagiaan lansia yang diukur menggunakan indikator model PERMA dari Seligman.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner sebagai instrumen utama, dengan dukungan observasi dan wawancara untuk memperkuat hasil penelitian. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif statistik, seperti distribusi frekuensi, persentase, rata-rata, dan standar deviasi, guna memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai tingkat kebahagiaan lansia pada masing-masing kelompok. Melalui rancangan penelitian ini, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan wawasan mengenai kondisi kebahagiaan lansia berdasarkan tempat tinggal mereka serta menjadi dasar rekomendasi bagi keluarga dan masyarakat dalam meningkatkan kesejahteraan lansia.

B. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di Desa Ketawang, Kecamatan Purwoasri, Kabupaten Kediri. Populasi ini terdiri dari lansia yang tinggal sendiri maupun lansia yang tinggal bersama keluarga. Populasi yang dimaksud adalah lansia yang berusia 60 tahun ke atas, yang sesuai dengan definisi lansia menurut WHO (World Health Organization).⁵⁸ Lansia yang tinggal di Desa Ketawang memiliki karakteristik yang beragam, baik dari segi status sosial, kondisi fisik, maupun dukungan sosial, sehingga menjadi kelompok yang tepat untuk meneliti perbedaan kebahagiaan berdasarkan tempat tinggal.

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian kecil dari populasi yang akan mewakili karakteristik yang ada pada populasi secara keseluruhan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan penelitian ini. Kriteria sampel yang ditetapkan adalah lansia yang berusia 60 tahun ke atas, yang tinggal di Desa Ketawang, dan terbagi menjadi dua kelompok.

Dari kedua kelompok ini, peneliti akan memilih sampel dengan jumlah yang seimbang agar perbandingan yang dilakukan valid. Peneliti akan menentukan jumlah sampel yang cukup representatif berdasarkan teknik pengambilan sampel dan ukuran populasi yang ada di Desa Ketawang. Dalam penelitian ini, populasi lansia yang dapat diwawancarai di Desa Ketawang diperkirakan berjumlah sekitar 95 orang. Mengingat ukuran populasi yang relatif kecil, peneliti akan berusaha untuk melibatkan seluruh populasi dalam penelitian ini jika memungkinkan.

⁵⁸ S. A Wangsanata, "Konseling Sebaya Berbasis Online Guna Menjaga Kualitas Hidup Lansia Di Masa Pandemi Covid-19," *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya* 2, no. 2 (2021): 56–60.

Namun, jika karena alasan tertentu tidak memungkinkan untuk melibatkan seluruh populasi, maka peneliti akan menggunakan rumus Slovin dengan penyesuaian untuk menentukan ukuran sampel yang representatif.⁵⁹ Proporsi lansia yang tinggal sendiri dan bersama keluarga yang akan dilibatkan dalam penelitian adalah 50% lansia yang tinggal sendiri dan 50% lansia yang tinggal bersama keluarga, sehingga perbandingan dalam analisis data dapat dilakukan secara seimbang.

C. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan melalui beberapa metode untuk mendapatkan informasi yang akurat dan mendalam mengenai kebahagiaan lansia di Desa Ketawang. Adapun teknik yang digunakan adalah sebagai berikut:

a. Skala

Kuesioner digunakan sebagai metode utama dalam pengumpulan data. Instrumen ini disusun dalam bentuk skala yang mengukur kebahagiaan lansia berdasarkan indikator seperti emosi positif, keterlibatan, hubungan sosial, makna hidup, dan pencapaian. Responden akan memberikan jawaban sesuai dengan skala penilaian yang mencerminkan kondisi dan pengalaman pribadi mereka.

b. Wawancara

Untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai kebahagiaan lansia, wawancara mendalam juga akan dilakukan terhadap beberapa lansia

⁵⁹ I. A. D. Alfina and F. N. Hasanah, "Analisis Implementasi Kurikulum Merdeka Dalam Proses Pembelajaran Kegiatan P5 Berbasis Teknologi Informasi Dan Komunikasi Di SMK Negeri 2 Buduran," *Physical Sciences, Life Science and Engineering* 1, no. 2 (2024): 14.

sebagai sampel tambahan. Wawancara ini akan melibatkan lansia yang tinggal di Desa Ketawang, Kecamatan Purwoasri, Kabupaten Kediri. Wawancara ini bertujuan untuk menggali pengalaman subjektif lansia mengenai kebahagiaan mereka, serta faktor-faktor yang memengaruhi kebahagiaan, baik dari aspek internal maupun eksternal.

c. Observasi

Teknik observasi digunakan untuk melengkapi dan memperkuat data yang diperoleh dari wawancara. Peneliti akan mengamati kondisi sosial lansia, seperti bagaimana mereka berinteraksi dengan keluarga dan masyarakat sekitar, serta lingkungan tempat tinggal mereka, baik bagi lansia yang tinggal sendiri maupun yang tinggal bersama keluarga. Observasi ini akan membantu dalam memahami bagaimana aspek sosial dan lingkungan berkontribusi terhadap kebahagiaan lansia, termasuk keterlibatan mereka dalam kegiatan komunitas seperti pengajian atau pertemuan sosial lainnya.

d. Dokumentasi

Data dokumentasi akan digunakan sebagai pendukung, misalnya dari catatan desa atau data statistik yang tersedia mengenai jumlah lansia yang tinggal sendiri dan yang tinggal bersama keluarga di Desa Ketawang. Dokumentasi ini akan membantu dalam memvalidasi data yang diperoleh dari metode lainnya.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data yang sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan disusun berdasarkan indikator kebahagiaan lansia, yang meliputi emosi

positif, keterlibatan, hubungan sosial, makna hidup, dan pencapaian. Instrumen yang digunakan meliputi:

a. Skala

Kuesioner disusun berdasarkan skala kebahagiaan yang telah dikembangkan dalam penelitian sebelumnya. Pertanyaan dalam kuesioner menggunakan skala Likert dengan beberapa tingkatan jawaban untuk mengukur persepsi responden terhadap kebahagiaan mereka. Skala yang digunakan seperti:

1. Sangat Setuju (SS)
2. Setuju (S)
3. Ragu-ragu (R)
4. Tidak Setuju (TS)
5. Sangat Tidak Setuju (STS)

Skala ini akan mencakup aspek-aspek berikut:

1. Emosi Positif (*Positive Emotion*): Seberapa sering lansia merasakan emosi positif seperti kebahagiaan, rasa syukur, dan kepuasan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Keterlibatan (*Engagement*): Sejauh mana lansia merasa tenggelam dan fokus penuh dalam aktivitas yang dilakukan, yang memberi pengalaman bermakna dan memuaskan.
3. Hubungan Sosial (*Relationships*): Kualitas hubungan lansia dengan keluarga, teman, dan lingkungan sosial, termasuk rasa dukungan, kasih sayang, dan kebersamaan.

4. Makna Hidup (*Meaning*): Sejauh mana lansia merasa bahwa hidup mereka memiliki tujuan dan arti yang lebih besar, misalnya melalui kontribusi kepada keluarga atau komunitas.
5. Pencapaian (*Accomplishment*): Tingkat keberhasilan dan pencapaian yang dirasakan lansia dalam berbagai aspek kehidupan, yang memberikan rasa bangga dan puas.

Berikut adalah blueprint penelitian berupa list pertanyaan yang disusun berdasarkan skala kebahagiaan dengan aspek-aspek emosi positif, keterlibatan, hubungan sosial, makna hidup, dan pencapaian. Pertanyaan menggunakan skala Likert dengan 5 tingkatan jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-ragu (R), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel 3.1 Skala Likert

| No | Keterangan | Skor |
|----|---------------------------|------|
| 1 | Sangat Setuju (SS) | 5 |
| 2 | Setuju (S) | 4 |
| 3 | Ragu-ragu (R) | 3 |
| 4 | Tidak Setuju (TS) | 2 |
| 5 | Sangat Tidak Setuju (STS) | 1 |

Tabel 3.2 Tabel Blueprint Skala Kebahagiaan

| No | Aspek | Indikator | Nomor Soal | | Total |
|----|-----------------|--|--------------------|---------------------|-------|
| | | | <i>Favourable</i> | <i>Unfavourable</i> | |
| 1 | Emosi Positif | Sering merasa bahagia, bersyukur, antusias, optimis, merasa tenang dan puas. | 1, 3, 5, 7, 9 | 2, 4, 6, 8, 10 | 10 |
| 2 | Keterlibatan | Merasa tenggelam dalam aktivitas, fokus penuh saat beraktivitas, merasa waktu berlalu cepat. | 11, 13, 15, 17, 19 | 12, 14, 16, 18, 20 | 10 |
| 3 | Hubungan Sosial | Merasa didukung keluarga/teman, | 21, 23, 25, 27, 29 | 22, 24, 26, 28, 30 | 10 |

| | | | | | |
|-------|-------------|---|--------------------|--------------------|----|
| | | memiliki hubungan yang hangat, merasa diterima dan dihargai. | | | |
| 4 | Makna Hidup | Merasa hidup memiliki tujuan, merasa berguna bagi orang lain, memiliki keyakinan hidup yang kuat. | 31, 33, 35, 37, 39 | 32, 34, 36, 38, 40 | 10 |
| 5 | Pencapaian | Merasa berhasil mencapai tujuan, bangga atas pencapaian, merasa terus berkembang dan produktif. | 41, 43, 45, 47, 49 | 42, 44, 46, 48, 50 | 10 |
| Total | | | | | 50 |

b. Pedoman Wawancara

Pedoman wawancara disusun untuk melengkapi data dari kuesioner. Pertanyaan wawancara bersifat semi-terstruktur, sehingga memungkinkan peneliti untuk menggali informasi lebih dalam mengenai pengalaman lansia dalam kehidupan sehari-hari, interaksi sosial, serta faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan mereka.

c. Lembar Observasi

Lembar observasi digunakan untuk mencatat kondisi objektif lansia, termasuk lingkungan tempat tinggal, tingkat interaksi sosial, serta aktivitas sehari-hari yang dapat memengaruhi kebahagiaan mereka. Observasi dilakukan secara sistematis dengan indikator yang telah ditetapkan sebelumnya.

d. Dokumentasi

Dokumentasi meliputi data sekunder dari pihak desa atau instansi terkait, seperti jumlah lansia yang tinggal sendiri dan tinggal bersama keluarga, serta catatan lain yang relevan untuk mendukung hasil penelitian.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis mengenai perbedaan tingkat kebahagiaan antara lansia yang tinggal sendiri dan lansia yang tinggal bersama keluarga. Analisis data dilakukan dalam beberapa tahap sebagai berikut:

1. Editing, Coding, dan Tabulasi Data
 - a. Editing: Mengecek kembali data yang telah dikumpulkan untuk memastikan tidak ada kesalahan atau data yang tidak lengkap.
 - b. Coding: Memberikan kode atau kategori pada data yang diperoleh agar lebih mudah diolah.
 - c. Tabulasi: Menyusun data dalam bentuk tabel untuk memudahkan analisis statistik.
2. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum melakukan analisis utama, instrumen penelitian diuji validitas dan reliabilitasnya.

 - a. Uji Validitas: Menggunakan teknik korelasi item-total untuk memastikan bahwa setiap pertanyaan dalam kuesioner benar-benar mengukur aspek kebahagiaan yang dimaksud. Koefisien korelasi ini akan menunjukkan seberapa kuat hubungan antara skor item dengan skor total. Jika korelasinya tinggi, berarti item tersebut valid dalam mengukur konstruk

yang diinginkan. Menurut Arikuntro, rumus korelasi item-total adalah sebagai berikut:⁶⁰

$$r_{it} = \frac{(N * \Sigma XY - \Sigma X * \Sigma Y)}{\sqrt{((N * \Sigma X^2 - (\Sigma X)^2) * (N * \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2))}}$$

Keterangan :

- 1) r_{it} : Koefisien korelasi antara item dan total skor
 - 2) N: Jumlah responden
 - 3) ΣXY : Jumlah perkalian skor item dan skor total
 - 4) ΣX : Jumlah skor item
 - 5) ΣY : Jumlah skor total
 - 6) ΣX^2 : Jumlah kuadrat skor item
 - 7) ΣY^2 : Jumlah kuadrat skor total
- b. Uji Reliabilitas: Menggunakan metode Alpha Cronbach untuk mengukur konsistensi internal dari instrumen penelitian. Koefisien Alpha Cronbach berkisar antara 0 hingga 1. Semakin tinggi koefisiennya, semakin reliabel instrumen tersebut. Rumus Alpha Cronbach adalah sebagai berikut:⁶¹

$$\alpha = (k / (k - 1)) * (1 - (\Sigma \sigma_i^2 / \sigma_t^2))$$

Keterangan:

- 1) α : Koefisien Alpha Cronbach
- 2) k: Jumlah item dalam instrumen
- 3) $\Sigma \sigma_i^2$: Jumlah varians tiap item
- 4) σ_t^2 : Varians total

3. Uji Normalitas Data

⁶⁰ S Arikuntro, *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 1997).

⁶¹ S Arikuntro, *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 1997).

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Jika data berdistribusi normal, maka analisis statistik parametrik dapat digunakan. Jika data tidak berdistribusi normal, maka analisis non-parametrik akan digunakan. Uji normalitas yang umum digunakan adalah Shapiro-Wilk.

4. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah dua kelompok data memiliki varians yang sama atau tidak. Homogenitas varians merupakan salah satu asumsi yang harus dipenuhi sebelum menggunakan uji statistik parametrik, seperti uji-t. Apabila data tidak memenuhi asumsi homogenitas, maka interpretasi hasil uji-t harus disesuaikan. Salah satu metode yang umum digunakan untuk menguji homogenitas varians adalah *Levene's Test for Equality of Variances*. Uji ini membandingkan varians antar kelompok dan menghasilkan nilai signifikansi. Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka varians dianggap homogen (sama). Sebaliknya, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka varians dianggap tidak homogen, dan interpretasi uji-t dilakukan dengan asumsi varians tidak sama.

5. Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis penelitian, teknik statistik yang digunakan adalah uji t (Independent Sample T-Test) jika data berdistribusi normal atau uji Mann-Whitney U jika data tidak berdistribusi normal.

- a. Uji t (Independent Sample T-Test): Digunakan untuk membandingkan rata-rata kebahagiaan antara dua kelompok, yaitu lansia yang tinggal sendiri dan lansia yang tinggal bersama keluarga.

b. Uji Mann-Whitney U: Jika data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji non-parametrik ini untuk melihat perbedaan antara dua kelompok.

6. Penafsiran Hasil dan Kesimpulan

Hasil uji hipotesis akan digunakan untuk menentukan apakah terdapat perbedaan signifikan dalam tingkat kebahagiaan antara lansia yang tinggal sendiri dan yang tinggal bersama keluarga. Jika nilai signifikansi (p-value) < 0,05, maka hipotesis penelitian diterima, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara kedua kelompok.